संपादकीय

सहमतियों का बिखराव

भारत जैसे बहुलतापूर्ण और विशाल देश को केंद्र से आदेश के जरिए चलाने की सोच विभिन्नता में एकता की तलाश को कमजोर कर रही है। अगर हर क्षेत्र, समुदाय और वर्ग के लोगों देश की परिकल्पना विभाजित होने लगे, तो यह भविष्य के लिए अच्छा संकेत नहीं होगा।

किसी राष्ट्र में लोकतंत्र आम सहमति से चलता है। शिक्षा अगर देश के अलग-अलग क्षेत्रों के लोगों अलग ज्ञान और विश्व दृष्टि देने लगे, तो एक दीर्घकालिक टकराव की जमीन तैयार होने लगती है। अपने देश में फिलहाल ऐसा ही होता दिख रहा है। ताजा मिसाल कर्नाटक सरकार का नई शिक्षा नीति से खुद को अलग कर अपने राज्य के लिए अलग पाठ्यक्रम तैयार करने का फैसला है। ऐसा निर्णय पहले केरल और तमिलनाडु की सरकारें भी ले चुकी हैं। हाल में एनसीईआरटी ने जिन पाठ और अध्यायों को पाठ्यक्रम हटाया, केरल की सरकार ने उन्हें वापस अपने राज्य के स्कूलों में शामिल कर लिया है। उधर तमिलनाडु में नई शिक्षा नीति के साथ-साथ मेडिकल कॉलेजों में दाखिले के लिए होने वाले नेशनल इलिजिबिलिटी एंड एंट्रेंस टेस्ट के खिलाफ वहां की सरकार के साथ-साथ राजनीतिक दलों ने अभी अपने अभियान को अब आंदोलन में बदल दिया है। इसके अलावा भाषा का प्रश्न भी दक्षिणी राज्यों में फिर से सियासी मुद्दा बनता दिख रहा है। हाल में दंड संहिताओं को बदलने के लिए पेश विधेयकों को लेकर यह सवाल और गरमाया है।

सार यह है कि भारत में अनेक महत्त्वपूर्ण प्रश्नों पर आम सहमति बिखर रही है। भारत जैसे बहुलतापूर्ण और विशाल देश को केंद्र से आदेश के जरिए चलाने की सोच विभिन्नता में एकता की तलाश को कमजोर कर रही है। अगर हर क्षेत्र, समुदाय और वर्ग के लोगों देश की परिकल्पना विभाजित होने लगे, तो भविष्य के लिए उसे एक खतरनाक संकेत ही माना जाएगा। अगर ऐसी सोच लोगों की रोजमर्रा की समस्याओं का समाधान सुझाने में नाकाम हो, तो फिर जोखिम और बढ़ जाता है। यह बात भी ध्यान में रखने की है कि ऐसी समस्याओं का समाधान एकतरफा ढंग से या अपनी सोच थोपते हुए नहीं निकाला जा सकता। संवाद के जरिए सहमति की तलाश ही एकमात्र सही विकल्प है। अगर इस बात को समझा जाए, तो सहमतियों के बिखराव को अभी भी रोका जा सकता है। भारतीय संविधान अपने-आप में मतभेदों के बीच अधिकतम सहमति ढूंढने की एक उत्कृष्ट मिसाल है। इस भावना को अविलंब पुनर्जीवित करने की जरूरत है।

विश्व बैडमिंटन चैंपियनशिप : सात्विक-चिराग का धमाल, क्वार्टर फाइनल में मारी एंट्री

कोपेनहेगन । सात्विक साईराज रैंकीरेड्डी और चिराग शेट्टी की जोड़ी ने विश्व बैडमिंटन चैंपियनशिप के क्वार्टर फाइनल में प्रवेश कर लिया है। राष्ट्रमंडल खेलों के पुरुष युगल के स्वर्ण पदक विजेता, दूसरी वरीयता प्राप्त सात्विक साईराज रैंकीरेड्डी और चिराग शेट्टी ने छठी वरीयता प्राप्त इंडोनेशियाई लियो रोली कारनांडो और डैनियल मार्थिन को तीन गेमों में 21-15, 19-21, 21-9 से हराया।

इस स्पर्धा में कांस्य पदक विजेता यह भारतीय जोड़ी अपना पहला विश्व चैम्पियनशिप खिताब जीतने की उम्मीद कर रही है।

वहीं, दूसरी ओर महिला युगल जोड़ी गायत्री गोपीचंद और त्रिशा जॉली के लिए उम्मीदें खत्म हो गईं, जिन्होंने बर्मिंघम में 2022 राष्ट्रमंडल खेलों में पहला कांस्य पदक जीतकर गोल्ड जीतने की उम्मीद जगाई थी।

गायत्री और त्रिशा प्री-क्वार्टर फाइनल मैच चीन की शीर्ष वरीयता प्राप्त जोड़ी चेन किंग चेन और जिया यी फैन से केवल 42 मिनट में 14-21, 9-21 से हार गईं।

सात्विक-चिराग का धमाल-पुरुष युगल प्री-क्वार्टर फाइनल में, सात्विक और चिराग ने पहले गेम में 12-10 से नियंत्रण हासिल कर लिया और 17-11 की बढ़त बना ली। उन्होंने मैच में शानदार शुरुआत करते हुए पहला गेम 21-15 से जीत लिया।

दूसरे गेम में भी इनकी शुरुआत अच्छी रही। सात्विक और चिराग ने 8-5 की बढ़त बना ली। इसको आगे बढ़ाते हुए उन्होंने 11-8 तक पहुंचा दिया। लेकिन, इंडोनेशियाई खिलाड़ियों ने जोरदार वापसी करते हुए इस अंतर को कम किया और 14-11 की बढ़त बनाई।

इस कांटे की टक्कर में सात्विक और चिराग ने भी कमबैक जरूर किया और स्कोर 17-17 से बराबर कर लिया। फिर, स्कोर 19-19 पर बराबर हो गया। लेकिन, इसके बाद सात्विक और चिराग को मौका नहीं मिला और इंडोनेशियाई खिलाड़ियों ने लगातार दो अंक जीतकर गेम 21-19 से जीत लिया।

निर्णायक गेम में, भारतीय जोड़ी ने 3-1 की बढ़त के साथ मैच पर अपना कब्जा जमाना शुरू कर दिया। हालांकि, इंडोनेशियाई ने स्कोर 4-4 से बराबर कर लिया। इसके बाद सात्विक और चिराग ने दो अंकों की बढ़त बनाई और 7-6 से लगातार पांच अंक जीतकर 12-6 की बढ़त बना ली। उन्होंने अपनी बढ़त बरकरार रखी और 21-9 से गेम जीतकर मैच जीत लिया।

भारतीय महिला ब्लाइंड क्रिकेट टीम ने रचा इतिहास, फाइनल में बनाई जगह

बर्मिंघम । भारतीय महिला ब्लाइंड क्रिकेट टीम ने इंटरनेशनल ब्लाइंड स्पोर्ट्स फेडरेशन विश्व खेलों के फाइनल में प्रवेश कर इतिहास रच दिया है।

भारतीय महिला टीम ने ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ लीग चरण में अपनी लगातार तीसरी जीत के साथ फाइनल के लिए क्वालीफाई किया।

पिछले सप्ताह आईबीएसए विश्व खेलों में ब्लाइंड क्रिकेट की शुरुआत हुई, जिसमें इंग्लैंड और ऑस्ट्रेलिया ने पहला मैच खेला था।

भारतीय महिला क्रिकेट टीम ने 20 अगस्त को टूर्नामेंट का अपना पहला मैच खेला और दमदार ऑलराउंडर प्रदर्शन किया।

ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ अपने शुरुआती मैच में भारत ने 8 विकेट से एक आसान मैच जीतकर अपने अभियान की शानदार शुरुआत की। वहीं, अपने दूसरे मैच में टीम ने इंग्लैंड को 185 रन से हराया था।

लगातार दो जीत के साथ बुधवार को ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ एक बार फिर मैदान में उतरी भारतीय टीम ने अपना दबदबा कायम रखा और ऑस्ट्रेलिया को 163 रन से हराया।

भारतीय महिला ब्लाइंड क्रिकेट टीम ने फाइनल के लिए क्वालीफाई कर लिया है और खिताबी मुकाबला शनिवार को खेला जाएगा।

इस बीच, पुरुषों के खेल में भारत शुक्रवार को सेमीफाइनल खेलेगा। अगर भारतीय टीम सेमीफाइनल मुकाबला जीत जाती है, तो वह आईबीएसए वर्ल्ड गेम्स -2023 के फाइनल में पाकिस्तान से भिड़ेगी।

शतरंज विश्व कप : फाइनल में हारे प्रगनानंदा, कार्लसन ने जीता टाईब्रेकर

चेन्नई । 18 वर्षीय भारतीय शतरंज ग्रैंडमास्टर आर. प्रगनानंदा बाकू में आयोजित फिडे विश्व कप के फाइनल के टाई-ब्रेकर गेम में पूर्व विश्व चैंपियन मैग्नस कार्लसन से हार गए।

भारत के युवा चेस खिलाड़ी आर प्रगनानंदा का फिडे वर्ल्ड कप जीतने का सपना टूट गया है। खेले गए टाईब्रेकर में उन्हें 5 बार के वर्ल्ड चैंपियन मैग्नस कार्लसन ने एक ड्रॉ और एक जीत से हराया। टाईब्रेकर का पहला रैपिड गेम नार्वे के खिलाड़ी ने 47 मूव के बाद जीता था। दूसरा गेम ड्रॉ रहा और कार्लसन विजेता बन गए। टूर्नामेंट में पहले ही विश्व नंबर 2 और विश्व नंबर 3 को हरा चुके थे। अंतर्राष्ट्रीय शतरंज महासंघ ने ट्वीट कर कहा -प्रगनानंद 2023 विश्व कप के उपविजेता हैं। प्रभावशाली टूर्नामेंट के लिए 18 वर्षीय भारतीय प्रतिभाशाली खिलाड़ी को बधाई। फाइनल में पहुंचने के रास्ते में प्रगनानंद ने विश्व के ष्ट2 हिकारू नाकामुरा और ष्ट3 फैबियानो कारूआना को हराया। रजत पदक जीतकर प्रग्गनानंद ने कैंडिडेट्स के लिए टिकट भी हासिल कर लिया है।

खेल मंत्रालय ने तेजस्विन शंकर के लिए पोल वॉल्ट लैंडिंग पिट खरीदने को दी मंजूरी

नई दिल्ली। खेल मंत्रालय की मिशन ओलंपिक सेल (एमओसी) ने आगामी एशियाई खेलों के लिये राष्ट्रमंडल पदक विजेता तेजस्विन शंकर की तैयारी को लेकर यहां जवाहर लाल नेहरू स्टेडियम में 'पोल वॉल्ट लैंडिंग पिट' खरीदने के लिये वित्तीय सहायता को मंजूरी दी है।

हांगझोउ एशियाई खेलों में ऊंची कूद और डेकाथलन के लिये क्वालीफाई कर चुके शंकर 23 सितंबर से शुरू हो रहे खेलों तक अकेले इसका इस्तेमाल करेंगे। उसके बाद जवाहर लाल नेहरू स्टेडियम में अभ्यास करने वाले सभी खिलाड़ी इसका प्रयोग कर सकेंगे।

मंत्रालय द्वारा जारी विज्ञप्ति के अनुसार इसे खरीदने और लाने की लागत टारगेट ओलंपिक पोडियम योजना (टॉप्स) के तहत वहन की जायेगी।

तेजस्विन के अलावा एमओसी ने पिस्टल निशानेबाज राही सरनोबत को ब्राजील के रियो दि जिनेरियो में अभ्यास और प्रतियोगिताओं में भाग लेने के लिये वित्तीय सहायता को मंजूरी दे दी है।

राही दो से 19 सितंबर से रियो में रहेगी जहां आईएसएसएफ विश्व कप में भारत लेंगी । टॉप्स के तहत उनका और उनकी फिजियोथेरेपिस्ट ऐश्वर्य देशपांडे का हवाई किराया, रहने और खाने का खर्च, स्थानीय यातायात, राही की रेंज और प्रशिक्षण की फीस, हथियार संग्रहण की फीस , वीजा और बीमा की फीस वहन की जायेगी।

राही के अलावा निशानेबाज इलावेनिल वालारिवान की भी रियो विश्व कप में भागीदारी के प्रस्ताव को मंजूरी दे दी गई है । राही और निशानेबाज अभिंद्या पाटिल के यूरोप में प्रशिक्षण को भी स्वीकृति मिल गई है।

टेबल टेनिस खिलाड़ी स्वस्तिका घोष और पायस जैन 20 दिन के लिये जापान में कोच की जियान शियान के मार्गदर्शन में अभ्यास करेंगे और विभिन्न टूर्नामेंटों में भाग लेंगे जिसे टॉप्स से मंजूरी मिल गई है।

भारत के 40 प्रतिशत निर्यात शुल्क लगाने के बाद नेपाल प्याज की कमी का कर रहा सामना

काठमांडू । भारत ने प्याज पर 40 प्रतिशत निर्यात शुल्क लगा दिया है। इसके बाद नेपाल को प्याज की कमी का सामना करना पड़ रहा है।

निर्यातकों द्वारा भारत से प्याज का आयात बंद करने के बाद काठमांडू के कालीमाटी फल और सब्जी बाजार ने अपनी मूल्य सूची से प्याज को हटा दिया है।

काठमांडू के प्रमुख और सबसे बड़े सब्जी और फल बाजारों में से एक कालीमाटी फल और सब्जी बाजार के सूचना अधिकारी बिनय श्रेष्ठ ने कहा कि हमारे पास 80 विक्रेता हैं जो प्याज बेचते हैं लेकिन पिछले दो दिनों में, उनके पास प्याज का स्टॉक खत्म हो रहा है इसलिए हमने प्याज की मूल्य सूची हटा दी है क्योंकि यह अब उपलब्ध नहीं है।

वहीं, केंद्र सरकार द्वारा निर्यात शुल्क लगाए जाने के बाद नेपाल में प्याज की कीमतों में तेजी से बढ़ोतरी हुई है। नेपाली बाजार में प्याज की कीमत 50 रुपये से बढक़र 90-100 रुपये प्रति किलो के आसपास पहुंच गई है।

चूंकि नेपाल अपनी लगभग सभी प्याज जरूरतों को भारत से आयात करता है, भारी निर्यात शुल्क ने घरेलू बाजार में कमी पैदा कर दी है। व्यापारियों का कहना है कि यह कमी नेपाल के त्योहारी सीजन के साथ मेल खाती है क्योंकि इन दिनों प्याज की खपत बढ़ जाती है। 21 दिसंबर तक 40 फीसदी निर्यात शुल्क ऐसे समय लगाया गया है जब अधिकांश नेपाली त्योहार बीच में आते हैं।

आमतौर पर काठमांडू के कालीमाटी फल और सब्जी बाजार में औसतन 100 टन प्याज का आयात होता था, लेकिन निर्यात शुल्क लगाए जाने के बाद रविवार और सोमवार को यह संख्या घटकर 40 टन रह गई है। श्रेष्ठ ने कहा कि मंगलवार से निर्यातकों ने प्याज का आयात बंद कर दिया है।

न्यूनतम घरेलू उत्पादन के कारण नेपाल भारत से आयातित प्याज पर बहुत अधिक निर्भर है। पिछले वित्त वर्ष में देश ने 6.75 अरब रुपये मूल्य के 180,190 टन प्याज का आयात किया गया था।

अगले महीने 17 दिन बंद रहेंगे बैंक

नई दिल्ली । अगले महीने 17 दिन बैंक बंद रहने वाले हैं और सिर्फ 13 दिन बैंक खुले रहेंगे। ऐसे में अगर आप 2000 का नोट बदलवाना है या कोई जरूर काम है तो निपटा लें वरना बाद में आपको मुसीबत का सामना करना पड़ सकता है। आइए जानते हैं सितंबर में कितने दिन बैंक बंद रहने वाले हैं।

कुछ ही दिनों में फेस्टिव सीजन शुरू होने वाला है, सितंबर के महीने में बैंकों में छुट्टियों की भरमार है। इस महीने कृष्ण जन्माष्टमी, गणेश चतुर्थी, ईद-ए-मिलाद के कारण बैंक कई दिन बंद रहेंगे। ऐसे में अगर आपको इस महीने बैंक से संबंधित कोई जरूरी काम है तो छुट्टियों की लिस्ट को देखकर ही अपनी प्लानिंग करें, वरना बाद में आपको बड़ी परेशानी का सामना करना पड़ सकता है। आइए जानते हैं अगले महीने के बैंक की छुट्टियों की लिस्ट-

सितंबर में इतने दिन बैंक रहेंगे बंद

- 6 सितंबर : श्रीकृष्ण जन्माष्टमी पर बैंकों की छुट्टी
- 7 सितंबर को बैंक अवकाश : जन्माष्टमी (श्रावण वद-8)/ श्रीकृष्ण अष्टमी
- 18 सितंबर को बैंक अवकाश : वरसिद्धि विनायक व्रत/विनायक चतुर्थी
- 19 सितंबर को बैंक अवकाश : गणेश चतुर्थी/संवत्सरी (चतुर्थी पक्ष)
- 20 सितंबर को बैंक अवकाश : गणेश चतुर्थी (दूसरा दिन)/ नुआखाई
- 22 सितंबर को बैंक अवकाश : श्री नारायण गुरु समाधि दिवस
- 23 सितंबर को बैंक अवकाश : महाराजा हरि सिंह जी का जन्मदिन
- 25 सितंबर को बैंक अवकाश : श्रीमंत शंकरदेव का जन्मोत्सव
- 27 सितंबर को बैंक अवकाश : मिलाद-ए-शेरिफ़ (पैगंबर मोहम्मद का जन्मदिन)
- 28 सितंबर को बैंक अवकाश : ईद-ए-मिलाद/ईद-ए-मीलादुन्नबी – (पैगंबर मोहम्मद का जन्मदिन) (बारा वफ़ात)
- 29 सितंबर को बैंक अवकाश : ईद-ए-मिलाद-उल-नबी के बाद इंद्रजात्रा/शुक्रवार.
- 5 वीक ऑफ
- 3 सितंबर : रविवार
- 9 सितंबर : दूसरा शनिवार
- 10 सितंबर : दूसरा रविवार
- 17 सितंबर : रविवार
- 24 सितंबर : रविवार

सनी देओल की गदर 2 का जलवा, 500 करोड़ के पार पहुंचा कलेक्शन

सनी देओल की फिल्म गदर 2 का इंडिया ही नहीं पूरी दुनियाभर में जलवा है. हर कोई इस फिल्म को देखने का प्लान बना रह है. तारा सिंह को पूरी दुनिया में पसंद किया जा रहा है जिसकी वजह हर जगह उन्हीं के चर्चे हैं. दुनियाभर में तारा सिंह और सकीना की कहानी करोड़ों का बिजनेस कर चुकी है. गदर 2 का वर्ल्डवाइड कलेक्शन सामने आ गया है जिसके बाद ये 500 करोड़ के क्लब में शामिल हो चुकी है.

गदर 2 को रिलीज हुए दो हफ्तों से ज्यादा का समय हो गया है. फिल्म को रिलीज हुए तीन हफ्ते होने पूरे होने जा रहे हैं और अभी तक इसने बॉक्स ऑफिस पर अपनी पकड़ बनाई हुई. आज हम आपको फिल्म के वर्ल्डवाइड कलेक्शन के बारे में बताते हैं.

रिपोर्ट के मुताबिक गदर 2 ने दुनियाभर में 500 करोड़ का आंकड़ा पार कर लिया है. फिल्म 525.14 करोड़ का बिजनेस कर चुकी है. ये कलेक्शन जल्द ही 600 करोड़ भी हो सकता है.

गदर 2 को रिलीज हुए 13 दिन हो चुके हैं. 13 दिन में गदर 2 भारत में 411.10 करोड़ कलेक्शन कर चुकी है. वहीं अब गदर 2 का टारगेट 500 करोड़ है जो वीकेंड तक पूरा हो सकता है. हालांकि इंडिया में अब गदर 2 की रफ्तार थोड़ी कम हो गई है.

कार्तिक-कियारा की सत्यप्रेम की कथा ओटीटी पर हुई रिलीज, अमेजन प्राइम वीडियो पर दी दस्तक

कार्तिक आर्यन और कियारा आडवाणी की सत्यप्रेम की कथा को 29 जून को सिनेमाघरों में रिलीज किया गया था। फिल्म ने भारत में 77.45 करोड़ रुपये का कारोबार किया था, जबकि दुनियाभर में फिल्म 100 करोड़ रुपये से अधिक बटोरने में सफल रही। अब सत्यप्रेम की कथा ने ओटीटी प्लेटफॉर्म अमेजन प्राइम वीडियो पर दस्तक दे दी है। ऐसे में जो दर्शक इस फिल्म को सिनेमाघरों में नहीं देख पाए, वह अब इसे ओटीटी पर देख सकते हैं।

ओटीटी प्लेटफॉर्म ने अपने आधिकारिक इंस्टाग्राम पर सत्यप्रेम की कथा का पोस्टर साझा किया है। इसके कैप्शन में उन्होंने लिखा, एक प्रेम कहानी जो टूटे हुए दिलों को जोडऩे और प्यार में हमारे विश्वास को फिर से जगाने के लिए है। इसमें गजराज राव, सुप्रिया पाठक, शिखा तलसानिया और राजपाल यादव जैसे कलाकार भी नजर आए।

आज का राशिफल

मेष: आज का दिन आपके लिए खुशियां लेकर आने वाला है। जिस काम का आपको लम्बे समय से इंतजार था वो आज बड़े भाई के सहयोग से पूरे हो जाएंगे। आपको अपने स्वास्थ्य का विशेष ध्यान रखने की आवश्यकता है।

वृष: आपका रुझान आज सामाजिक कार्यों की तरफ रहेगा। ऑफिस के किसी मीटिंग के लिए आपको किसी दूसरे शहर में जाना पड़ सकता है। ऑनलाइन कारोबार कर रहे लोगों को आज कोई बड़ा ऑफर मिल सकता है।

मिथुन: आज का दिन उत्साह से भरा रहेगा। किसी भी काम को सावधानीपूर्वक करें, जल्दबादी करने से काम बिगड़ सकते हैं। इस राशि के बिजनेसमैन के लिए आज का दिन आर्थिक रूप से बढिय़ा रहेगा।

कर्क: आज का दिन आपके लिए अच्छा रहने वाला है। आप ओवरकॉन्फिडेंस जैसी स्थिति से बचें, सावधानी से काम करें। मन में किसी काम को लेकर सोच-विचार करेंगे। विरोधी आपसे दूरी बनाकर रहेंगे। समाज में आपके मान-प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी।

सिंह: आज का दिन आपके लिए खुशियां लाने वाला है। व्यापार में अचानक धन लाभ होगा। साथ ही आय के नए सोर्स मिलेंगे। आपका आत्मविश्वास पहले की अपेक्षा मजबूत रहेगा।

कन्या: आज आपका रुझान रचनात्मक कार्यों की तरफ रहेगा। कुछ साहसी फैसलों के कारण आपको सफलता मिलेगी। आपका आय और व्यय का संतुलन बना रहेगा। शाम को आप अपने परिवारवालों के साथ कोई मूवी देखने जा सकते हैं।

तुला: आज का दिन अच्छा रहेगा। धन कमाने के अच्छे अवसर मिलेगा। बिजनेस में थोड़ा सोच–समझकर कर इंवेस्ट करेंगे तो आपको फायदा होगा। दोस्तों के साथ बाहर ट्रीप पर जा सकते हैं।

वृश्चिक: आज घर की कुछ नयी जिम्मेदारियां आपके पास आ सकती है, जिसे आप बखुबी निभाएंगे। इस राशि के विवाहित लोगों के लिए आज का दिन अच्छा है। जीवनसाथी को खुश करने के लिए नई गाड़ी गिफ्ट कर सकते हैं।

धनु: आज आपका रुझान राजनीतिक और सामाजिक कार्यों में रहेगा। आपके दैनिक कार्य आसानी से पूरे हो जाएंगे। घर में आप स्वादिष्ट भोजन का आनंद लेंगे। आप दोस्तों के साथ खुब मौज-मस्ती करेंगे।

मकर: आज आपका व्यवहार सबके प्रति अच्छा रहेगा। आप परिवार के साथ शॉपिंग के लिए जा सकते हैं, किसी सामान पर आपको ज्यादा डिस्काउंट मिलेगा। छात्र आज किसी प्रतियोगी परीक्षा की तैयारी करने का मन बनाएंगे।

कुंभ: आज आपके दिन की शुरुआत अच्छी होने वाली है। सही योजना के तहत आप अपने करियर में बदलाव लाने में सफल होंगे। आप कार्यक्षेत्र में चुनौतियों का सामना करने में भी सक्षम रहेंगे। इस राशि के बिजनेसमैन के लिए आज का दिन आर्थिक रूप से बढिय़ा रहेगा।

मीन: आज आपके मन में सकारात्मक विचार आएंगे। ऑफिस में आज किसी जरूरी काम को पूरा करने में थोड़ी अड़चने आ सकती हैं। बेहतर होगा कि आप किसी अनुभवी से सलाह लें। ऑफिस के किसी काम से विदेश यात्रा पर जाने का अवसर मिल सकता है।

ड्रैगन फ्रूट के हैं गजब के फायदे, कई बीमारियों से रखता है दूर

ड्रेगन फ्रूट खाने में जितना टेस्टी होता है उतनी ही शरीर के लिए फायदेमंद होता है. ड्रेगन फ्रूट की बाहरी परत लाल रंग की होती है और अंदर का गूदा सफ़ेद या गुलाबी रंग का होता है. इसमें विटामिन, मिनरल्स, प्रोटीन, फाइबर, कैरोटीन, और अंटिओक्सिडेंट्स से भरपूर पोषण तत्व मौजूद होते हैं जो हमारे शरीर के विभिन्न कार्यों में सहायक होता है.

यहां देखें ड्रेगन फ्रूट के फायदे :

* पौष्टिकता: ड्रेगन फ्रूट में विटामिन सी, आयरन, कैल्शियम, और फास्फोरस जैसे महत्वपूर्ण पोषक तत्व होते हैं.

* अंटिओक्सिडेंट प्रॉपर्टीज़: यह फल अंटिओक्सिडेंट से भरपूर है जो शरीर में फ्री रेडिकल्स को नष्ट करते हैं.

* पाचन: ड्रेगन फ्रूट में डायटरी फाइबर होता है जो पाचन में मदद करता है और कब्ज से राहत दिलाता है.

* चर्बी कम करना: इसमें लो-कैलोरी और हाई-फाइबर होता है, जिससे यह वजन घटाने में मदद कर सकता है.

* ट्वाइप 2 मधुमेह: कुछ अध्ययनों में पाया गया है कि ड्रेगन फ्रूट मधुमेह के प्रभाव को नियंत्रित कर सकता है.

* हृदय के लिए लाभकारी: इसमें ओमेगा-3 और ओमेगा-9 फैटी एसिड्स होते हैं जो हृदय की सेहत के लिए अच्छे होते हैं.

* त्वचा के लिए लाभकारी : विटामिन सी और अंटिओक्सिडेंट्स की मौजूदगी से यह त्वचा को स्वस्थ रखता है और जल्दी बुढ़ापे के लक्षणों को दिखने से रोकता है.

* अनियमिया: इसमें से लोहा प्राप्त होता है, जो रक्त के निर्माण में महत्वपूर्ण होता है और अनियमिया को दूर करने में मदद करता है.

* प्रतिरोधात्मक प्रणाली: विटामिन सी की उचित मात्रा के कारण यह रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ता है.

* हड्डियां: इसमें कैल्शियम और फास्फोरस की मौजूदगी हड्डियों को मजबूती प्रदान करती है.

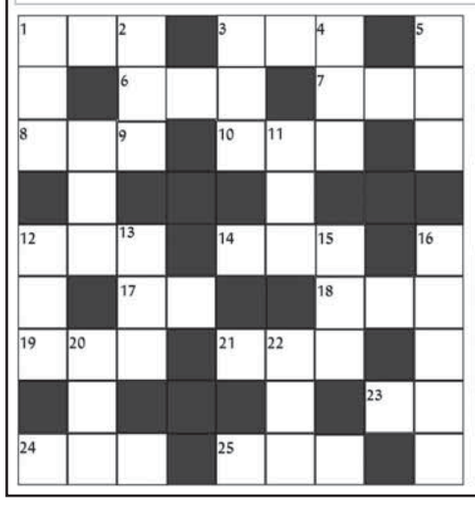
शब्द सामर्थ्य- 166

बाएं से दाएं

1. जीत, फतेह 3. राशन सामान बेचने वाली एक जाति, वैश्य 6. मुर्गी की जाति की एक पक्षी, आधा... आधा बटेर 7. कमल, पंकज, भारत के एक दिवंगत प्रधानमंत्री का नाम 8. नहाने का स्थान, स्नानागार 10. ख्वाब, स्वप्न 12. बुलावा, निमंत्रण 14. तबाही, बर्बादी 17. कत्ल, वध 18. क्षतिपूर्ति, मुआवजा 19. करार, चैन, आराम 21. दृष्टि, निगाह 23. नाश करने योग्य 24. लाडला, प्यारा 25. सीताजी, जनकनंदनी।

ऊपर से नीचे

1. शादी, ब्याह 2. अनाथ, निराश्रित 3. साल, वर्ष 4. दोस्ताना, यारी 5. सुर, देव, भगवान 9. मनुष्य, इंसान, आदमी 11. पाटा जाना, चुकता करना, बात तय करना 12. कार्यक्षेत्र, गोल घेरा, वृत्त 13. अधीनता, मातहती, अधिकार 15. नगर 16. गैरजरूरी 20. दृष्टांत, सुपुर्दगी, उदाहरण 22. धरती, भूतल, धरातल।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 165 का हल

अं	त	■	म	री	ज	■	■	■
ग	ह	न	ता	■	ब	र	ब	स
■	की	■	धि	क्का	र	■	र	मा
■	का	■	का	■	द	वा	खा	ना
प	त	वा	र	■	स्त	र	■	■
ह	■	■	■	■	■	दा	मि	नी
ना	■	ए	ह	ति	या	त	■	लां
वा	च	क	■	हा	■	■	खू	ब
■	■	ता	ब	ड़	तो	ड़	■	र

सू-दोकू- 166

	7				1		3	
1		9				5		
			3				1	
		5						3
3					2		5	
				3				2
	4						7	
7		8		1		6		
	6		7		9			1

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गों का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक र सकते है।
3. बाएं से दाएं और उपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.165 का हल

5	2	4	9	6	7	8	1	3
3	6	7	4	1	8	2	9	5
8	1	9	3	2	5	4	6	7
6	3	5	1	9	4	7	2	8
7	9	8	5	3	2	6	4	1
2	4	1	7	8	6	5	3	9
4	5	3	6	7	9	1	8	2
9	8	6	2	5	1	3	7	4
1	7	2	8	4	3	9	5	6